

R 0 7 年 度

# インフルエンザ 予防接種補助のお知らせ



予防接種を受けておけば  
インフルエンザ発症後の  
重症化を防げる！



周囲の家族の為に  
予防接種を受けよう！



せっかく補助を受けられる  
から打っておこう！



J R 東海リテイリング・プラス健康保険組合

## ■ 接種補助を受けられる人

被保険者および被扶養者

※ J R 東海リテイリング・プラス健康保険組合で認定されている方のみ利用可能です。  
※ 接種日において、**健保の資格を喪失された方は利用できません。**

## ■ 接種回数

13才以上の方は、一人1回まで

13才未満の方は、一人2回まで補助を受けられます。

(医師の指示があった場合は13才以上でも2回目の利用可能)

## ■ 契約医療機関一覧表

契約医療機関一覧表は随時更新されますので、必ず予約前にご確認ください。

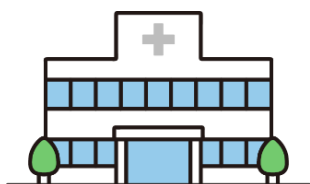
J R 東海リテイリング・プラス健康保険組合HP

(<https://www.jr-pluskenpo.jp>)

## ■ 補助対象の接種期間

令和7年10月1日(水)

～ 令和8年1月31日(土)



予防接種の補助を受けるには  
2種類の方法があります。

### 契約医療機関から選んで接種

補助  
内容

° ◆ **無料** ◆ ° (全額健保負担)

1

契約医療機関に  
対象年齢や予約可否等を電話で確認  
(最新の契約医療機関は健保HPで確認)



2

「インフルエンザ予防接種 利用券」に  
接種者全員分の必要事項を記入

3

接種当日、下記の2点を医療機関へ提出  
① 「インフルエンザ予防接種 利用券」  
② **接種者全員分の「マイナ保険証」または「資格確認書」**

4

自己負担なしで予防接種！  
接種後の手続きは不要！



### 契約医療機関以外で接種

補助  
内容

1人につき、4,000円(税込)まで補助  
(4,000円を超えた分は自己負担)

1

予防接種

2

窓口で、予防接種費用全額を支払い、  
インフルエンザ予防接種費用とわかる  
接種者全員分の個人名宛領収書を  
発行してもらう(※レシート不可)

3

接種者全員分の領収書を  
所属事業所の担当者へ提出

### 注意事項

※ 医療機関のワクチン数には限りがあるため、ワクチンが不足する可能性があります。

また、医療機関によって対象年齢や予約可否等も異なります。

お申し込み方法をご確認の上、**必ずお早めに電話にてご予約ください。**

※ 噴霧型の生ワクチン「フルミスト」は補助対象外となります。

これとは別に東京地区・名古屋地区では健保契約機関（榊原サピアワーククリニック、  
名古屋セントラル病院等）による接種も予定しています。

該当する事業所には別途ご案内します。

# インフルエンザ Q & A

最新情報は厚生労働省 (<https://www.mhlw.go.jp/>)をご確認ください。

## どのタイミングでワクチンを接種するといいの？

Q1

例年12月～4月頃に流行し、1月末～3月上旬にピークを迎えます。  
12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。  
各医療機関ごとに、ワクチンの在庫も限られているため  
接種を希望される方は、計画的な接種をお勧めします！



## インフルエンザワクチンはどんな効果があるの？

Q2

インフルエンザワクチンは、  
感染後に発症する可能性を低減させる効果と、  
発症した場合の重症化防止に有効と報告されており、  
日本でもワクチン接種をする方が増加する傾向にあります。



## 毎年、インフルエンザワクチンを打った方がいいの？

Q3

インフルエンザワクチンは、そのシーズンに流行することが予測されると  
判断されたウイルスを用いて製造されています。  
このため、昨年インフルエンザワクチンの接種を受けた方であっても、  
今年のインフルエンザワクチンの接種を検討していただく方が良いと考えられます。



## 感染したらどのくらい外出を控えるべき？

Q4

一般的に、インフルエンザ発症前日から発症後 **3～7日間** は  
鼻やのどからウイルスを排出するといわれています。  
そのためにウイルスを排出している間は、外出を控える必要があります。  
排出されるウイルス量は解熱とともに減少しますが、  
解熱後もウイルスを排出するといわれています。



排出期間の長さには個人差がありますが、咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、  
不織布製マスクを着用する等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。



### 正しい感染症対策を身につけましょう！

厚生労働省のホームページではインフルエンザに関するQ&Aや、総合対策、  
インフルエンザ発生状況など、更に詳しい情報が掲載されています。  
(厚生労働省 (mhlw.go.jp) )



(厚生労働省)正しい手洗い動画  
<https://youtu.be/Eph4Jmz244A>